



Home » Світ » Секрет соковитої курки: коли її насправді потрібно солити

## Секрет соковитої курки: коли її насправді потрібно солити

ЛИСЕНКО КАТЕРИНА — 09 Червня 2026, 13:00 2 Mins Read — СВІТ



Важливі новини щодня — додайте «Експерт» в улюблені джерела Google

Куряче м'ясо вважається одним із найпростіших у приготуванні, але навіть досвідчені господині іноді стикаються з проблемою: після запікання або смаження курка виходить сухою та жорсткою. Кулінари стверджують, що причина часто криється не в температурі чи часі приготування, а в одному важливому нюансі — правильному використанні солі.

Навколо цього питання давно точаться суперечки. Одні впевнені, що солити курку потрібно безпосередньо перед приготуванням, інші радять робити це заздалегідь. Професійні кухарі пояснюють: найкращий результат часто дає саме попереднє соління.

Справа в тому, що сіль не лише підсилює смак. Якщо посолити м'ясо за кілька годин до приготування, вона встигає проникнути всередину волокон. Спочатку сіль витягує частину вологи на поверхню, але згодом цей сік разом із розчиненою сіллю повертається назад у м'ясо.

Саме тому багато шеф-кухарів рекомендують солити курку щонайменше за 1–3 години до приготування. А для цілої тушки ідеальним варіантом вважається соління за ніч у холодильнику.

Ще одна поширена помилка — солити курку вже після утворення скоринки. У такому випадку сіль впливає переважно на поверхню і не встигає рівномірно розподілитися всередині.

Кулінари також радять не боятися сухого маринування. Для цього достатньо натерти м'ясо сіллю та спеціями без додавання великої кількості рідини. Такий спосіб допомагає отримати більш насичений смак і соковиту текстуру.

Не менш важливим є правильне дозування. Надлишок солі може зробити курку жорсткою та перебити природний смак м'яса.

Фахівці наголошують, що соковитість залежить не лише від солі. Велику роль відіграє температура приготування. Якщо курку перетримати в духовці або на пателні, навіть правильне соління не врятує її від пересушування.

Ще один секрет кухарів — дати готовому м'ясу відпочити 5–10 хвилин після приготування. За цей час соки рівномірно розподіляються всередині волокон, і страва виходить ніжнішою.

Для запікання цілої курки професіонали часто використовують поєднання солі, трав і невеликої кількості олії або вершкового масла. Це допомагає отримати хрустку скоринку та соковите м'ясо.

У підсумку, секрет соковитої курки полягає не лише в рецепті. Найкращий результат дає попереднє соління за кілька годин до приготування. Саме цей простий прийом допомагає зробити м'ясо ніжним, ароматним і значно соковитішим.

Читайте ЕКСПЕРТ у Google News

ПІДПИСАТИСЯ

Помітили помилку у матеріалі? Повідомте редакцію: [corrections@expert.in.ua](mailto:corrections@expert.in.ua)

### ОСТАННІ НОВИНИ

#### СЬОГОДНІ

13:31 У Чорнобильській зоні оселився найменший птах України: що про нього відомо

13:19 ФОПам підказали, як не втратити стаж для пенсії: що потрібно перевірити вже зараз

13:15 Під льодами Антарктиди знайшли гігантську структуру у формі руки: що відкрили вчені

13:00 Секрет соковитої курки: коли її насправді потрібно солити

12:49 Лікарі назвали продукти, які можуть посилювати втому протягом дня

12:39 Автомеханіки назвали звички водіїв, які скорочують ресурс автоматичної коробки передач

12:25 Система тріщить: армія РФ на межі колапсу — аналіз

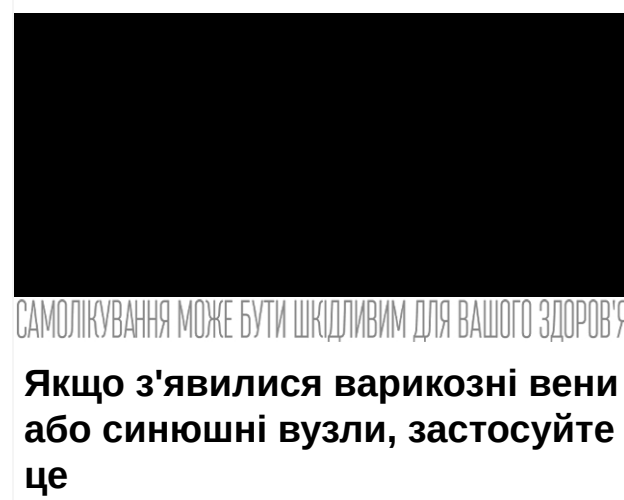
12:13 Курс євро під загрозою стрибка: як діяти українцям

12:00 Удар по Чонгару: Крим залишився без ключового шляху

11:51 Без хімії та зайвих витрат: названо рослини, які допомагають відлякувати шкідників на городі

LOAD MORE

курка



Якщо з'явилися варикозні вени або синюшні вузли, застосуйте це



Літня колекція суконь SALE

#### КАТЕГОРІЇ НОВИН

Всі новини

Україна

Політика

Економіка

Світ

Стиль життя

Авто

Технології

Суспільство

Здоров'я

#### ІНФОРМАЦІЯ

Про проєкт

Автори

Редакційна політика і стандарти

Політика використання ШІ

Політика конфіденційності

Правила коментування

Контакти

ТОВ «НОВА МІДІА ГРУПА» © 2014—2026

Реєстрація R40-06871 у Реєстрі суб'єктів у сфері медіа

Адреса: 01014, м. Київ, вул. Звіринецька, 63

[editor@expert.in.ua](mailto:editor@expert.in.ua)

[corrections@expert.in.ua](mailto:corrections@expert.in.ua)

[reklama@expert.in.ua](mailto:reklama@expert.in.ua)